balans® sitting concept
from Norway, made in Japan

balans®
balans® sitting concept from Norway
International Patent Pending
Design：Studio Balans Norway

original since 1976
balans® Easy

バランスチェアのコンセプトは、ノルウェーで考えられました。

Sakamoto house

Balans Management AS,Norway × Sakamoto House,Japan

本製品は、バランス理論の国際的なライセンス権を持つノルウェー王国バランスマネジメント社とのライセンス契約に基づき、日本で製造されています。

ライセンシー／製造元：（株）プロダクトマーケッティングサービス
〒810-0022　福岡県福岡市中央区薬院 4-8-4
原産国　日本

バランスチェア・イージー

保証書付・取扱説明書

【はじめに】

このたびは、Sakamoto house「バランスチェア・イージー」をお買い上げ頂き誠にありがとうございます。この説明書には、組み立て方と基本的な使い方、ご注意頂きたい点など、バランスチェアを末永く、安全にご使用頂くための重要なことが記されています。製品をご使用になる前に必ず最後までよくお読みください。また、いつでもご覧になれる場所に大切に保管してください。

もくじ

1. 取扱注意事項・・・・・・p.2
2. 各部の名称・・・・・・・p.3
3. 組み立て方・・・・・・・p.4
4. よくある質問・・・・・・p.9
5. バランスチェアのはじまりと
　　balans®コンセプト・・p.10
6. 保証書及びアフターサービス・p.11

1.取扱注意事項

〇はじめに、必ずこの「取扱注意事項」を最後までお読みください。
〇ここに示した注意事項は、製品を正しく安全にお使い頂き、あなたや他の人への損害を未然に防ぐためのものです。

安全上のご注意

●床面が不安定な場所では使用しないでください。転倒し、ケガの原因になります。
●絶対に分解・修理・改造は行わないでください。
●椅子の上に立ったり、飛んだり、踏み台代わりに使ったり不安定な姿勢で掛けたりしないでください。転倒し、ケガの原因になります。
●座る目的以外では使わないでください。
●安全のため、破損、変形した椅子は使用しないでください。

⚠ 警告!! 「膝クッションをしっかりと締め付けて固定してください」

・膝クッションを取り付けた⑤アングルを⑥調節ネジで④フレームの裏側からしっかりと締めて固定されるように取り付けてください。フレームとアングル、フレームと調節ネジにつけたゴムディスクの隙間が無いように取り付けて、力いっぱい調節ネジを回して固定してください。
・しっかりと固定されていないと、膝クッションがずれ落ちたり、膝クッションを支えるアングルが折れるなどの可能性があり、ケガなどの原因となり危険です。
・毎月一度定期的に膝クッションがしっかり固定されているか点検し、調節ねじを締め直してください。

椅子の置き方

●直射日光や熱・冷暖房器の強風などが直接当たらないようにしてください。反り、目割れ、膨張収縮、日焼けによる変色などの原因となる事があります。
●水平を保つように置いてください。ぐらつきのあるまま使っていると、椅子の強度が保たれずに壊れたり、転倒し、ケガの原因になります。
●フローリングや畳などの上で椅子を使用する場合は、床面にキズがつかないようにカーペットを敷くか、椅子の脚にフェルトなどを貼るなどして、ご使用ください。

日常のお手入れ方法

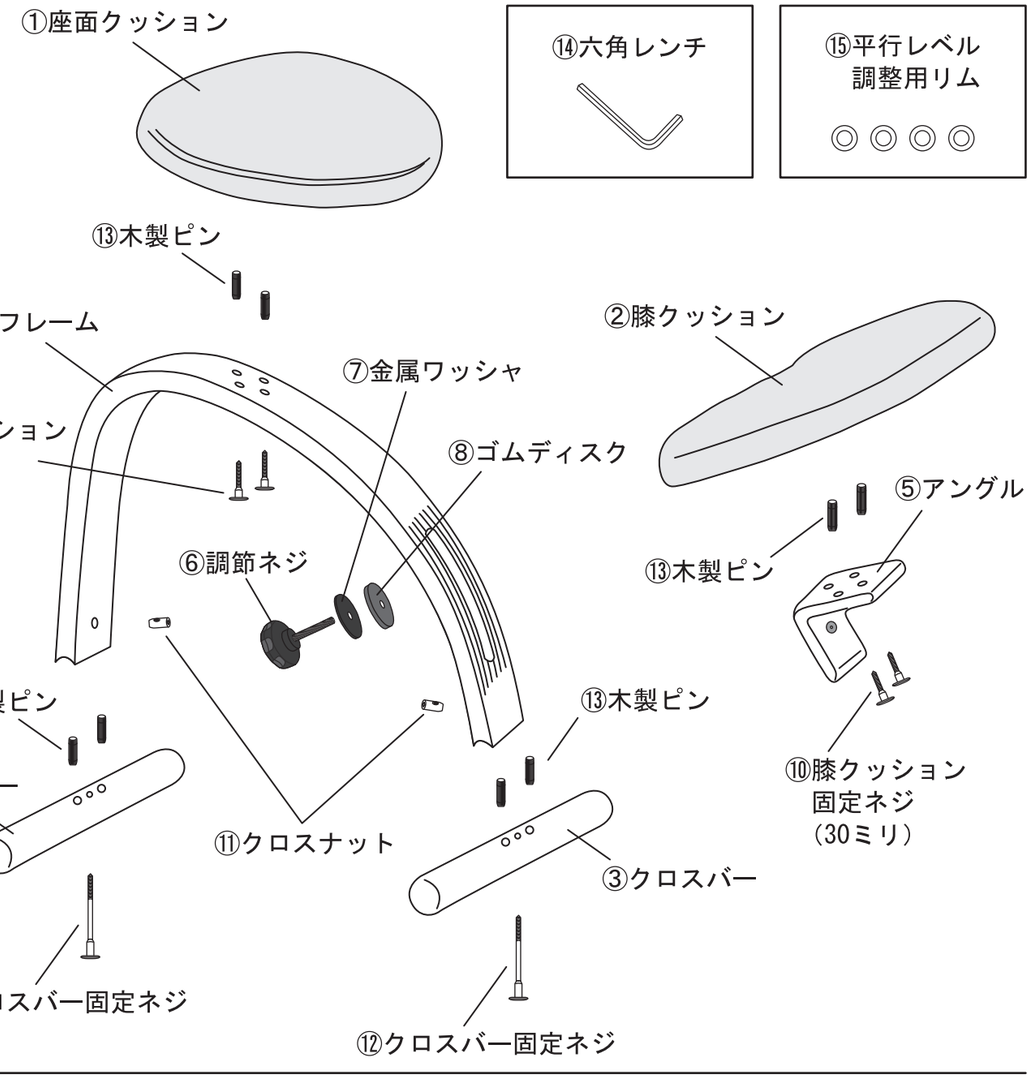
●＜木部＞
乾いた柔らかい布で拭いてください。汚れがひどい時は、薄めた中性洗剤を浸した布で汚れを落とし、よく絞った布で洗剤分を拭き取ります。次に乾いた柔らかい布できれいに拭き取り、目割れ・膨張の原因にならないようにしてください。
●＜クッション部＞
ブラッシングや掃除機で縫い目のホコリなどを取り除いてください。
脚、ネジ、金具類、木製ピンは、ゆるみやぐらつきがないか定期的に点検してください。
毛玉や毛羽立ちが発生した場合、毛玉取りにて取り除いてください。
●＜ネジ部＞
ネジ部は半年に一回は、六角レンチで締め直してください。
●＜膝クッション部＞
毎月一度定期的に点検し、調節ねじを締め直してください。
●＜その他＞
化学雑巾を長い間接触させたままにしておくと変色や表面がはげたりする事がありますのでご注意ください。

2.各部の名称

〇組み立てる前に部品がすべて揃っているかお確かめください。
〇組み立ては、部品も少なく簡単です。手順にしたがって組み立てますと、約30分で出来上がります。

■部品リスト■

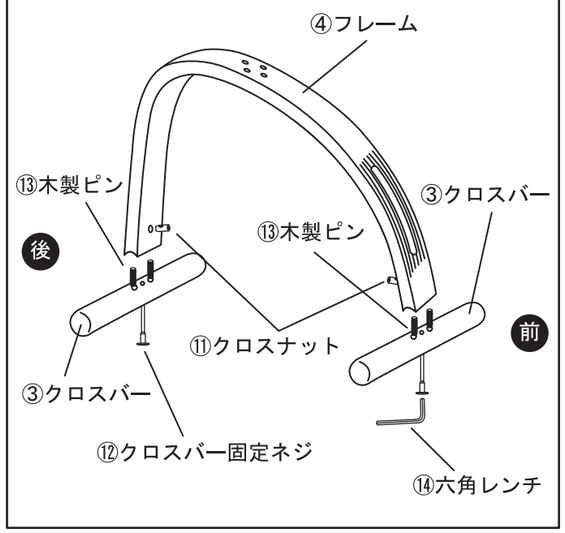
①座面クッション・・・・1個	⑦金属ワッシャ・・・・・1個	⑬木製ピン・・・・・・ 10本（10本中予備2本）
②膝クッション・・・・・1個	⑧ゴムディスク・・・・・1個	⑭六角レンチ・・・・・・1個
③クロスバー・・・・・・2本	⑨座面クッション固定ネジ(40ミリ)・2本	⑮平行レベル調整用リム・4個
④フレーム・・・・・・・1個	⑩膝クッション固定ネジ(30ミリ)・2本	
⑤アングル・・・・・・・1個	⑪クロスナット・・・・・2個	
⑥調節ネジ・・・・・・・1個	⑫クロスバー固定ネジ・・2本	



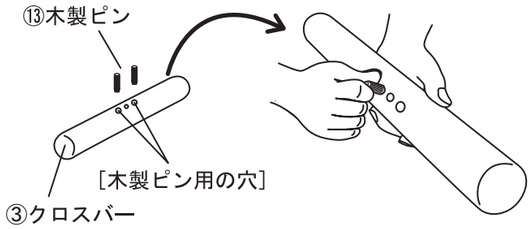
3.組み立て方

1 フレームにクロスバーを取付けます

【この作業で使用する部品一覧】



1 ③クロスバーの[木製ピン用の穴]（３つの穴のうち両サイド２つ）に⑬木製ピンを指で入れます。

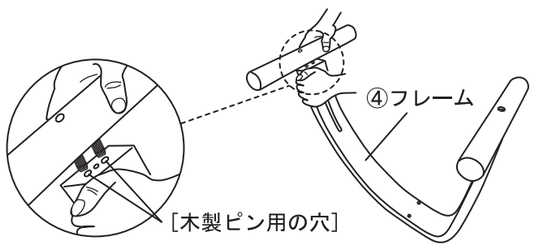


⚠ 注意

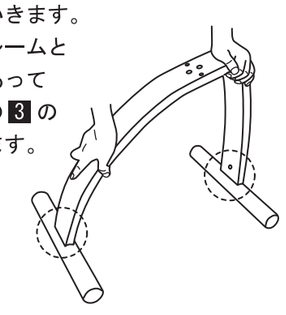
木製ピンは、補助的な役割ですので、ゆるくても問題ありません。

手順 **1** ～ **3** の要領で組み立ててください。

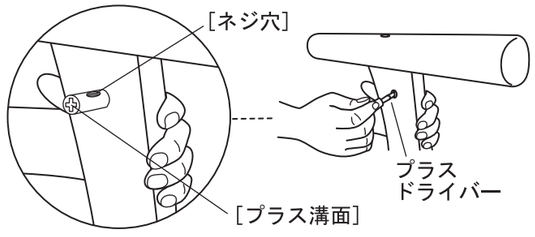
2 ③クロスバー(2本)に差し込んだ⑬木製ピンの突き出した部分を、④フレーム前後の[木製ピン用の穴]に差し込みます。



③クロスバーを下にしてフレームを上から押して⑬木製ピンをはめていきます。
※この作業で多少フレームとクロスバーに隙間があってもかまいません。次の **3** の作業で隙間をなくせます。

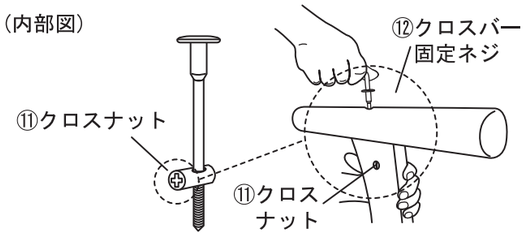


3 ④フレームの内側の穴(2カ所)に⑪クロスナットを[プラス溝面]が外側になるようにはめ込みプラスドライバーで[ネジ穴]を上にします。



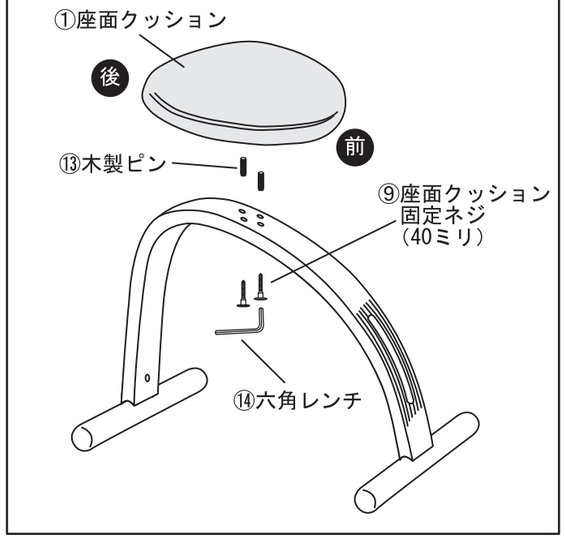
③クロスバーの下の中央の穴から⑫クロスバー固定ネジを差し込んで⑪クロスナットの穴を通して⑭六角レンチでしっかりと固定してください。

（内部図）

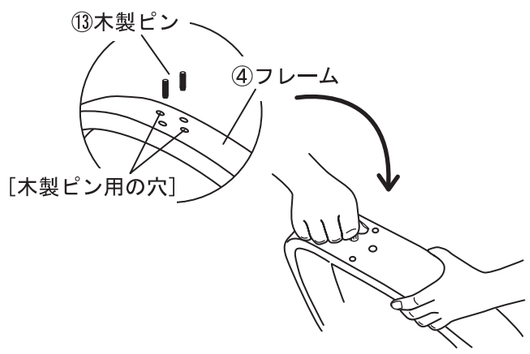


2 フレームに座面クッションを取付けます

【この作業で使用する部品一覧】



1 ④フレームの上部2カ所の木製ピン用の穴(底のある穴)に、⑬木製ピンを指で入れます。

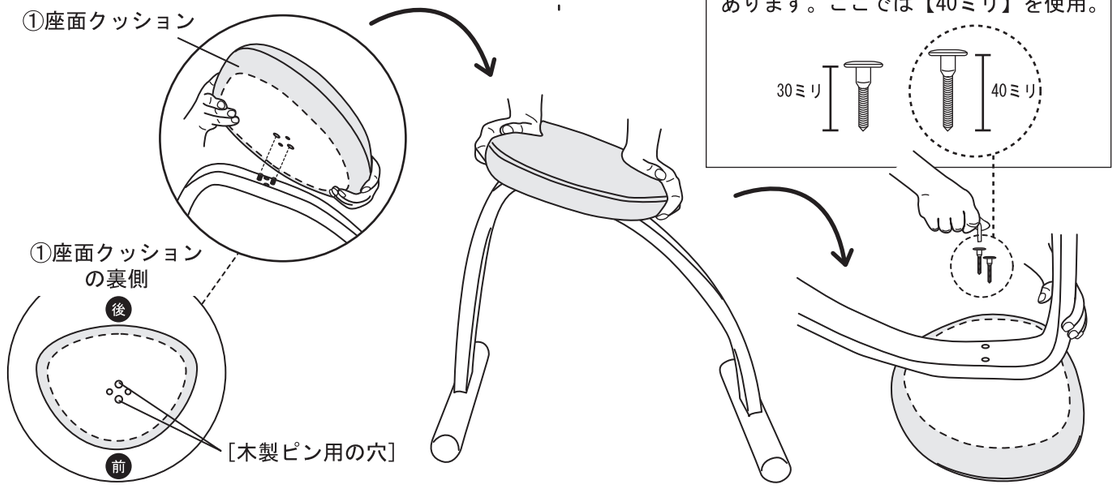


⚠ 注意

木製ピンは、補助的な役割ですので、ゆるくても問題ありません。

手順 **1** ～ **3** の要領で組み立ててください。

2 ④フレームに差し込んだ⑬木製ピンの突き出た部分を、①座面クッションの裏側2カ所の[木製ピン用の穴]に差し込みます。①座面クッションの向きに注意してください。（とんがっている方が前です）
①座面クッションを手のひらで押し、⑬木製ピンをしっかりはめ込みます。



3 ④フレームの裏から⑨座面クッション固定ネジ(40ミリ)を入れて⑭六角レンチでしっかりと固定してください。

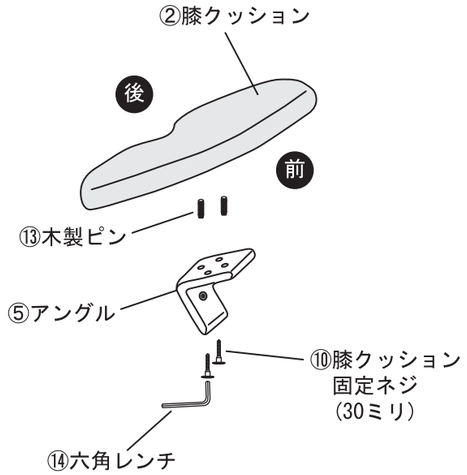
⚠ 注意

※クッション固定ネジの長さにお気を付けください。

部品に30ミリのネジと40ミリのネジがあります。ここでは【40ミリ】を使用。

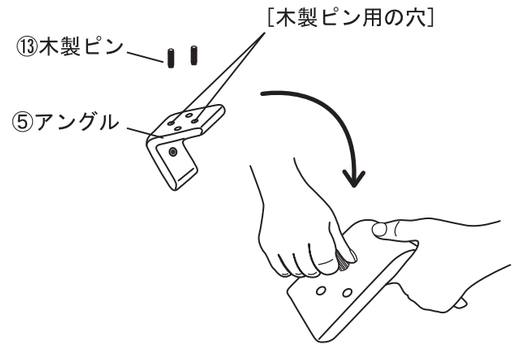
3 膝クッションを組み立てます

【この作業で使用する部品一覧】



手順 1 ～ 3 の要領で組み立ててください。

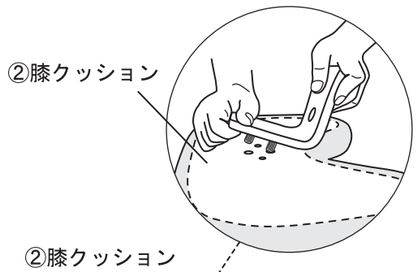
1 ⑤アングルの上部2カ所の木製ピン用の穴(底のある穴)に、⑬木製ピンを指で入れます。

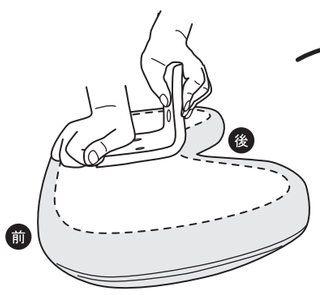


⚠ 注意

木製ピンは、補助的な役割ですので、ゆるくても問題ありません。

2 ⑤アングルに差し込んだ⑬木製ピンの突き出した部分を、②膝クッションの裏側2カ所の[木製ピン用の穴]に差し込みます。②膝クッションの向きに注意してください。(へこんでいる方が後側です)
⑤アングルを手のひらで押し、⑬木製ピンをはめます。



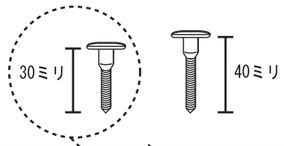


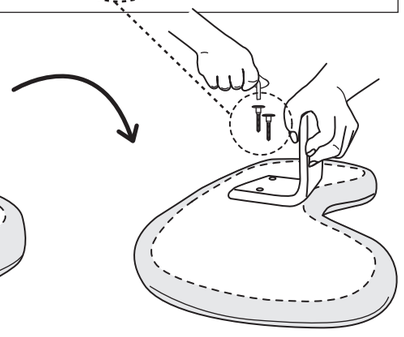
3 ⑤アングルの裏から⑩膝クッション固定ネジ(30ミリ)を入れ⑭六角レンチでしっかりと固定してください。

⚠ 注意

※クッション固定ネジの長さにお気をつけください。

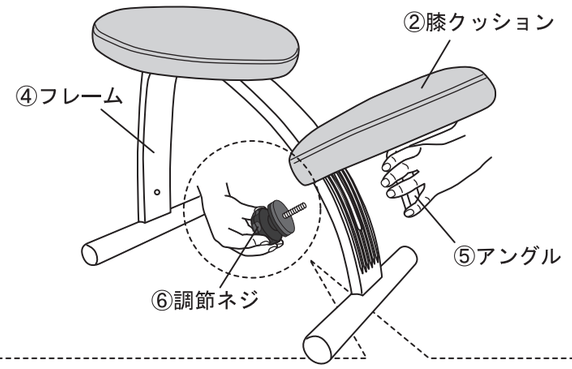
部品に30ミリのネジと40ミリのネジがあります。ここでは【30ミリ】を使用。





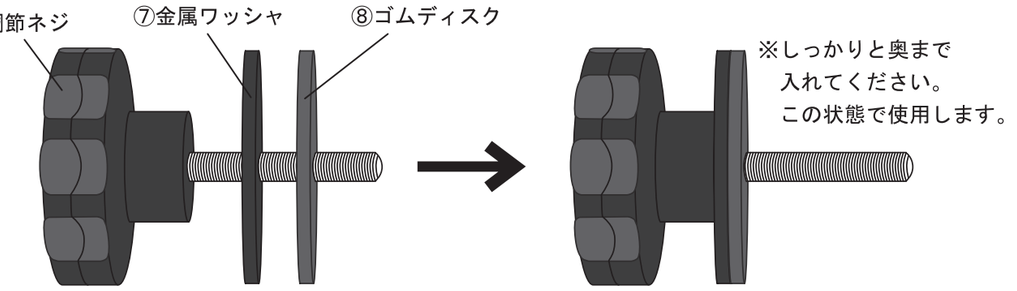
4 膝クッションを取り付けます

1 ⑥調節ネジに⑦金属ワッシャ、⑧ゴムディスクの順番にはめてください。
②膝クッションを取り付けた⑤アングルを、⑥調節ネジで④フレームの裏側からしっかりと締めて取付けてください。



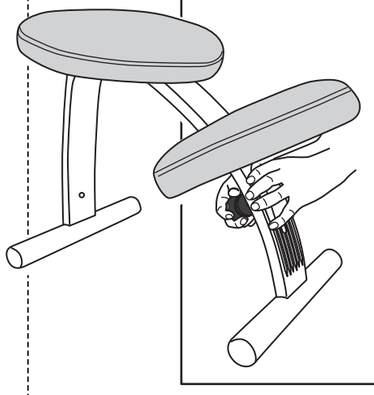
【⑥調節ネジについて】

⑥調節ネジに、⑦金属ワッシャ、⑧ゴムディスクの順番にはめます。⑦金属ワッシャ ⑧ゴムディスクは、裏表ありませんのでどちら側からはめても大丈夫です。



⚠ 警告

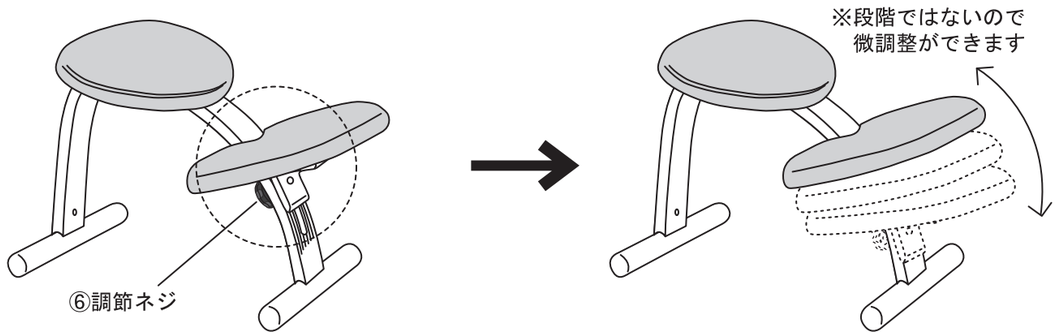
膝クッションをしっかりと締め付けて固定してください。



- ●膝クッションを取り付けた⑤アングルを⑥調節ネジで④フレームの裏側からしっかりと締めて固定されるように取り付けてください。フレームとアングル、フレームと調節ネジにつけたゴムディスクの隙間が無いように取り付けて、力いっぱい調整ねじを回して固定してください。
- ●しっかりと固定されていないと、膝クッションがずれ落ちたり、膝クッションを支えるアングルが折れるなどの可能性があり、ケガなどの原因となり危険です。
- ●毎月一度定期的に膝クッションがしっかり固定されているか点検し調節ネジを締め直してください。

5 膝クッションの調節

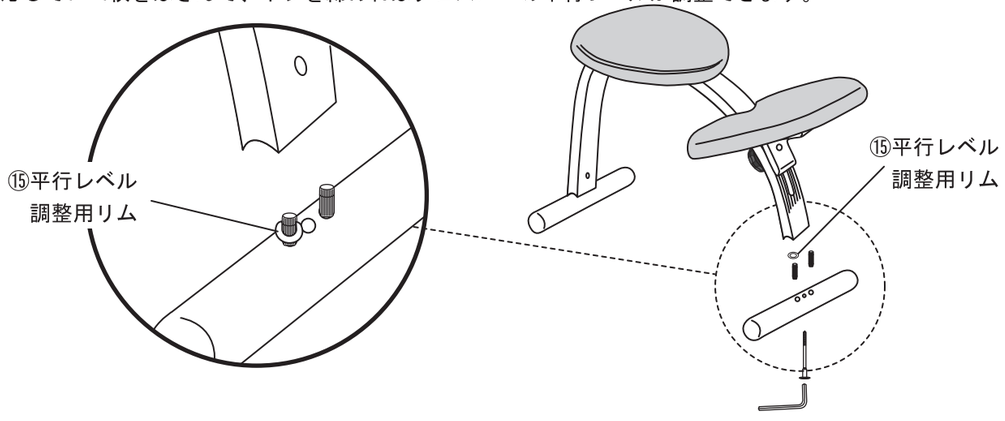
お子様の成長に合わせて、膝クッションの高さが自由に調節でき、身長110cmのお子様から身長180cmの大人まで座ることができます。おなかと太ももの間がだいたい120度になるように、膝クッションを調節してください。
調節は、⑥調節ネジをゆるめ膝クッションを長溝に沿って上下に動かします。位置が決まったら、調節ネジをしっかりと締めてください。



⚠ 注意点
調節時、指を挟まないよう十分にご注意ください。

留意事項

平行レベル調整用リムについて［⑮平行レベル調整用リム・・・4枚］(1～4枚を加減に応じて使用)
バランスチェア・イージーは、クロスバーが床面に対して接触面積が多いため、特にフローリングでご使用の場合は前後どちらかのクロスバーの右側或いは左側が床面に対し、少し浮く場合があります。
気になるようでしたら、浮き加減のある方のクロスバーの木製ピンに、⑮平行レベル調整用リムを浮き加減に応じて1～4枚をはさんで、ネジを締めればクロスバーの平行レベルが調整できます。



※例えば前方の右側が浮いている場合は、右側の木製ピンにリムを入れて、クロスバーを固定すれば　レベルが調整できます。

4.よくある質問

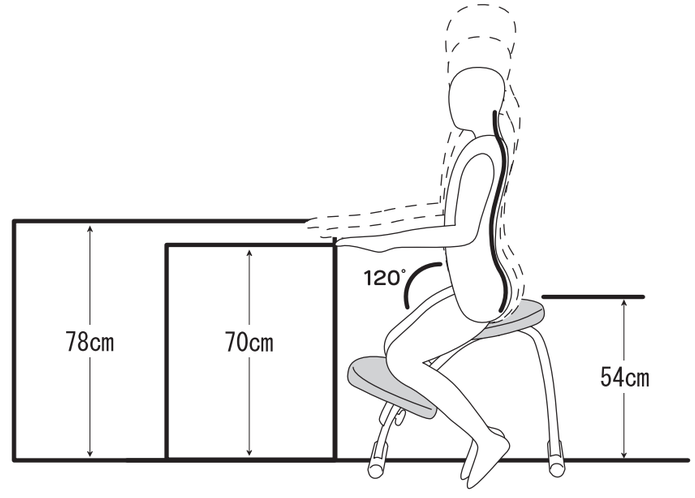
Q 座り方について教えてください。

A 1 バランスチェア・イージーの座面は、前後に傾斜しており、座る位置により高さが異なるため、まず座面のどの位置(前、中央、後ろ)に座るかを机の高さとのバランスで決定します。机に対して、座面の高さの一番快適な場所を探してください。

2 次に膝クッション(スムーズ機能付き)の位置を決定します。バランスシッティングの理論は、お腹と太腿の角度が約120度となる座り方です。約120度を目安として、一番快適で背筋が伸びるポジションに膝クッションを調節してください。

Q 使用する机の高さについて教えてください。

A バランスチェア・イージーは、標準的な70～72cmの机の高さを基準に作られています。座面の高さは固定されていますが、イージーの座面は前後に傾斜(一番高い所で床から54cm、一番低い所で49cm)しており、後部に座るほど高く座れ、前部に座るほど低く座れます。従いまして、座る人の身長や体型も考慮すると、70～78cm程度の高さの机でご使用可能です。



5.バランスチェアのはじまりとbalans®コンセプト

「1976年から始まったバランスチェアの歴史」

1976年初め、ノルウェーのHans Christian Mengshoel(ハンス・クリスチャン・メンショール)は、身体に負担を掛けずに背筋が自然にまっすぐになるバランス状態での着座に関するアイディアの実現を目指し、設計士Odd Veie-Rosvollと共に調査研究を開始し、世界発のバランスチェア「balans® Nippon」を開発しました。世界発のバランスチェアが「Nippon」と名付けられたのは、日本人の正座に近い姿勢をバランスチェアで実現できるものであったからでした。

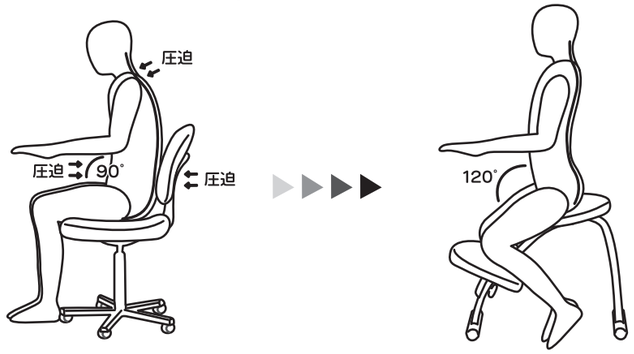
その後、バランスチェアは、様々に改良され、現在も発展し続けています。

「balans®コンセプト」

もともと、人間の身体を横から見ると背骨がゆるやかなS字カーブを描いています。背骨を伸ばして立ってみると分かりますが、この姿勢が一番人間にとって楽な状態なのです。身体に無理のないS字姿勢。「椅子に座る時にも応用できれば・・・」という思いから、バランスチェアの提唱者であるハンス・クリスチャン・メンショール氏は、研究を始め、学者、医者、デザイナーなどとともにバランスチェアを開発、発展させてきました。

従来の椅子に腰を下ろした時の上体と太ももの角度は90度。それに対して、バランスチェアに座った時には120度です。この角度が座る人が意識をすることなく、身体にS字の姿勢を自然に作り出します。それによって骨盤や椎間板への負担がもっとも少なく、さらに身体を圧迫しないので血行もよくなり、内臓への負担も少ないため呼吸も楽になり、酸素が行きわたり、脳の働きを明快にするのが大きい特徴です。

まさに「ホモ・シーデンス」(椅子に座る生活を基準とした新人類)と呼ばれる私たち現代人の暮らしにぴったりの一脚なのです。



従来のイス　　バランスチェア

正規のバランスチェアは、バランスチェアの提唱者「ハンス・クリスチャン・メンショール」の運営するノルウェー・Balans Management社とのライセンス契約により、製造されています。
正規のライセンス品には、全て左記balans®商標が使用されています。類似品にはご注意ください。

6.保証書及びアフターサービス

保証書

商品名	バランスチェア・イージー
保証期間	お買上日より10年間
保証対象	木製部分のみ（フレーム、クロスバー、アングルのみ） ※クッション張り地の磨耗や部品等消耗品は除く

◎保証規定◎

本保証書は保証期間内に取扱説明書や注意書に従った正常な使用状態において万一、木製部分(フレーム、クロスバー、アングル)が折れた・割れた等により使用できない状態になった場合に本保証規程に従い、該当部品の無償修理もしくは無償交換を行うことをお約束するものです。

1. 正規販売店でのお買上げの日から、本書に記載されている保証期間中に木製部分(フレーム、クロスバー、アングル)が折れた・割れた等により使用できない状態になった場合には、お買上げの販売店を通じて弊社にご連絡ください。
2. 次のような場合には、保証期間内でも有償修理となります。
   ①クッション張り地の磨耗、汚れ、劣化。
   ②クッション材(ウレタンフォーム)の劣化。
   ③部品等消耗品の劣化、紛失。
   ④ご使用上の誤り、および不当な修理や改造による故障。
   ⑤お買上げ納品後の輸送・移動・落下などによる故障。
3. この保証書は、本書に明示した期間、条件のもとにおいて無料修理をお約束するものです。しがってこの保証書によって、お客様の法律上の権利を制限するものではありませんので、保証期間経過後の修理などについてご不明な場合は、お買上げの販売店、または弊社にお問合せください。
4. 弊社は予告なしに、製品の仕様・デザインを変更することがあります。仕様変更された場合で仕様変更前の商品の保証対応(修理・交換)に際しての該当の部品やパーツがない場合は、当社の判断により、仕様変更後の製品の部品への交換となる場合がありますので予めご了承下さい。
5. 正規販売店で購入した製品であること。
6. 保証期間内の修理・交換のための弊社宛返送時の送料は、お客様負担となります。修理・交換品の発送時送料は、弊社にて送料を負担致します。
7. 転売、譲渡された場合は、保証の対象外となります。
   この保証書は、日本国内においてのみ有効です。
8. This warranty is valid only in Japan.
9. この保証書は、再発行いたしませんので大切に保管してください。

アフターサービス(有償)

～ネジ1本、部品一つからご注文いただけます!～

サカモトハウスのバランスチェアを末永くご利用いただけるよう、ネジ一本、部品一つから、ご注文いただけるアフターサービスも行っております。
※ただし製品は予告なしに、仕様・デザインを変更することがあり、この場合には、仕様変更前の部品には限りがございますので、予めご了承ください。
部品注文に際しては、[弊社ホームページ] http://sakamotohouse.com/ からご注文いただけます。

株式会社プロダクトマーケッティングサービス
〒810-0022　福岡県福岡市中央区薬院 4-8-4
(TEL)092-534-1041(代)　(FAX)092-534-1042
(URL)http://sakamotohouse.com/

製　品　仕　様

商　品　名	バランスチェア・イージー
方　　式	組み立て式
構造部材	フレーム：ブナ積層材
	脚：ブナ天然木
座　　面	張り材：ポリエステル100%
	クッション材：ウレタンフォーム

表面加工	ウレタン樹脂塗装
適応身長	１１０～１８０cm
耐　荷　重	１００kg
重　　さ	6kg
寸　　法	幅５３cm×高さ５４cm
	奥行６２～７２cm
原　産　国	日本

Sakamoto house
(株)プロダクトマーケッティングサービス
〒810-0022　福岡県福岡市中央区薬院4丁目8-4
[TEL] 092-534-1041(代)　[FAX] 092-534-1042
[URL] http://sakamotohouse.com